SIŁA I ZDROWIE

Dodatek tygodniowy „Słowa Pomorskiego"

Nr. 1. | Wtorek, 5. stycznia 1932. | Rok VI.

Kto, wzgl. jak może uzyskać Państw. Odznakę Sportową? 2

(Wskazania praktyczne).

Wskutek przestawienia wierszy przy łamaniu zniekształcone zostały końcowe ustępy I części artykułu J. Flisaka w poprzednim n-rze (50) „Siły i Zdrowia". Wobec tego obecnie powtarzamy 4 ostatnie ustępy części poprzedniej, dając zarazem dalszy ciąg artykułu.

Kandydat, starający się o odznakę sportową musi w sześciu przez siebie wybranych różnych ćwiczeniach osiągnąć przynajmniej t. zw. „minima" tj. wyniki, ustalone w regulaminie państw. odznaki sportowej dla odpowiedniej kategorji wieku.

Jakie są te ćwiczenia?

W myśl § 13 regulaminu wszystkie te ćwiczenia ujęto w 6 grup sprawności fizycznej, a mianowicie: grupa I: gimnastyka i pływanie do 100 m, grupa II: skoki, grupa III: biegi do 800 m, pływanie do 100 m, jazda na łyżwach do 500 m, grupa IV: rzuty dyskiem, oszczepem, piłką, granatem, pchnięcie kulą, boks, szermierka, gry sportowe (dla starszych i najmłodszych), strzelanie (dla kobiet), grupa V: marsze do 20 klm., wycieczki piesze do 3 dni, biegi do 5 klm., biegi narciarskie do 18 klm., biegi łyżwiarskie do 10 klm., jazda na rowerze do 20 klm., raid konny do 2 dni, pływanie do 1000 m., wioślarstwo i wycieczki wioślarskie do 1 dnia, gry sportowe, grupa VI: strzelanie (dla mężczyzn) i gry sportowe (dla kobiet).

Z tych sześciu zasadniczych grup kandydat wzgl. kandydatka wybiera dowolnie sześć ćwiczeń, czyli z każdej grupy po jednem ćwiczeniu.

Kandydat (ka) nie jest obowiązany odrazu poddać się całkowitej próbie, lecz może sobie rozdzielić te ćwiczenia na raty i wykonać je jedno po drugiem w odstępach dowolnych. Komisja organizująca próby sprawności fizycznej na państw. odznakę sportową (np. Okręgowy Ośrodek W. F., Powiatowa Komenda P. W. itp.), jest zobowiązana wydać kandydatowi zaświadczenie o wypełnieniu warunków częściowej próby (np. w jednym dniu wykonuje się jedno ćwiczenie z grupy I, za jakiś tydzień ćwiczenie z grupy II itd.) i za każde wykonane ćwiczenie z wynikiem pomyślnym otrzymuje się zaświadczenie.

Jeszcze mamy jedno bardzo ważne udogodnienie dla starających się o odznakę, a mianowicie: § 10 regul. powiada, że „odbycie poszczególnych ćwiczeń przed komisją próby może być zastąpione zaświadczeniem upoważnionych związków i stowarzyszeń sportowych o wypełnieniu przez kandydata warunków, przepisanych w regulaminie państw. odznaki sportowej dla danego ćwiczenia, albo świadectwem odznaki specjalnej, uzyskanej przez kandydata w danym okresie ubiegania się o państwową odznakę sportową" (np. gdy ktoś ma odznakę narciarską, wydaną przez P. Z. N., lub przedstawi dowód Związku Gier Sportowych, że brał udział w zawodach w grze sportowej o mistrzostwo klasy A lub B i t. p.).

Czy wszystkich kandydatów obowiązują jedne i te same „minima"?

Nie! Mężczyźni są podzieleni na siedem kategoryj wieku (15 — 16 roku życia włącznie, 17 — 18, 19 — 20, 21 — 34, 35 — 44, 45 — 50, od 51 wzwyż), a kobiety na sześć (17 — 18, 19 — 20, 21 — 30, 31 — 40, 41 — 50, od 51 wzwyż).

Czy rzeczywiście wymagane „minima" są tak wysokie, że tylko rekordziści, wzgl. sportowcy mogą mieć szanse uzyskania odznaki?

Bynajmniej! Na kilku przykładach postaram się udowodnić, że każdy chętny, fizycznie zdrowy człowiek może osiągnąć wymagane „minimum", jeżeli cośkolwiek poćwiczy się a niektóre ćwiczenia wykonać może bez specjalnego treningu.

Weźmy dla przykładu męską kategorję wieku MD (15—16 r. życia). Kandydat tej kategorji wieku ma do wyboru: z grupy I. gimnastykę lub pływanie 50 m. Jeżeli zamierza poddać się próbie z gimnastyki to wykona pod okiem członka komisji próby bardzo łatwe, albo wykona pływanie na 50 m. w czasie 1 minuty i 5 sekund. Naprzykład uczniowie szkół średnich mogą uzyskać od swojego nauczyciela wych. fizycz. zaświadczenie o odbyciu próby z gimnastyki, albo każdy kto pływa, kto należy do klubu pływackiego, wzgl. kto brał udział w zawodach pływackich może uzyskać od Zw. Pływackiego zaświadczenie o odbyciu próby o ile tylko osiąga w tym sporcie wymagane minima.

Z grupy II. ma do wyboru jedno z następujących ćwiczeń: Skok wdal z rozbiegu (3 m. 10 cm.) skok wzwyż z rozbiegu (100 cm.).

Z grupy III. ma do wyboru jedno z następ. ćwiczeń: bieg 60 m. (minimum 10 sek.), bieg 100 m. (16 sek.), pływanie 50 m. (1 min.), jazda na łyżwach 300 m. (58 sek.).

Z grupy IV. ma do wyboru jedno z następujących ćwiczeń: Rzut oszczepem 600-gramowym (25 m. oburącz), rzut granatem 500-gram. (40 m. oburącz), pchnięcie kulą 4 kg. (12 m. oburącz), rzut piłką palantową (55 m. oburącz), rzut piłką dętą nr. 4 (35 m. oburącz).

Z grupy V. ma do wyboru jedno z następujących ćwiczeń: marsz 5 km. (1 godzina), 2-dniowa wycieczka piesza (35 km), bieg narciarski 3 km. (30 minut), bieg łyżwiarski 1000 m. (4 minuty), wioślarstwo (przedłożyć zaświadczenie odpowiedniego związku (Polski Związek Towarzystw Wioślarskich) o odbyciu wycieczki jednorazowej, wzgl. o znajomości wiosłowania i czynnego uprawiania wioślarstwa).

Z grupy VI. ma do wyboru jedno z następujących ćwiczeń: strzelanie z łuku na 25 m. (45 punktów), strzelanie z broni małokalibrowej na 25 m. (60 punktów).

Już z tego jednego przykładu widzimy, że każdy młodzieniec 15 — 16-letni może się bez przygotowania starać o odznakę, tem bardziej w tym wieku uczeń szkoły średniej łatwo ją zdobyć może, ćwicząc się tygodniowo najmniej 3 godziny. Słowem — minima łatwe do osiągnięcia dla każdego.

Podobnie jest z innemi kategorjami wieku dla których podam kilka przykładów w dalszej części artykułu. Podam również gdzie i w jaki sposób zgłaszać się do prób na odznakę sportową na terenie województwa pomorskiego i jaki jest tryb przyznawania państwowej odznaki sportowej.

(Dokończenie nastąpi.)

J. Flisak.

Z Torunia.

Bilans roczny na polu wychowania fizycznego i sportów.

Rok ubiegły nie przyniósł nadzwyczajnych zdobyczy w dziedzinie rozwoju sportów w Toruniu. Zastój gospodarczy odbił się w wysokim stopniu na rozwoju sportu, zmniejszenie się frekwencji publiczności na zawodach, ujemnie wpływa na utrzymanie się klubów i stowarzyszeń, których głównem źródłem dochodu były przeważnie wpływy z biletów wstępu. Subsydja, udzielane dawniej przez komiteta, wskutek okrojenia budżetów znikły zupełnie.

Pomimo trudnych warunków, utrzymania się oddawna istniejących stowarzyszeń i klubów, liczących nieraz pokaźną ilość członków, powstają liczne małe klubiki. Poco i dlaczego — na to odpowiedzieć jest dosyć trudno.

Najżywotniejszą instytucją, do której należy popieranie tak materjalne jak i moralne, wszystkich stowarzyszeń i klubów na terenie Torunia jest Miejski Komitet WF i PW, który jednak zawiódł pokładane w nim nadzieje. Dawniej ruchliwa sekcja WF, w roku ubiegłym jakby zawiesiła swą działalność. Dzień sportów dla wszystkich, w dniu święta narodowego, nie był należycie urządzony podług wzniosłej myśli, głównego propagatora tego święta b. Prezydenta Wojciechowskiego. W dniu tym udział brali przeważnie zawodniczki i zawodnicy zrzeszeni a nie ogół sportowców. Oprócz imprezy w dniu 3 maja, Miejski Komitet urządził święto WF i PW dla stowarzyszonych m. Torunia. Jedynym cennym nabytkiem, którym poszczycić się może Komitet, jest wydzierżawienie budynku od władz wojskowych, w którym urządzono strzelnicę dla broni małokalibrowej, a także i salę ćwiczeń dla członków PW, którzy do tej pory musieli się tułać po całym Toruniu. Komitet w roku ubiegł. powiększył swój inwentarz sportowy.

Trzyletnia działalność Okręgowego Ośrodka WF w Toruniu wzbudziła zamiłowanie do ćwiczeń i sportów. Sale, które ma do swego rozporządzenia Ośrodek są przeprzepełnione ćwiczącymi się obojga płci od wieku przepisowego do lat... bez ograniczenia. Na początku sezonu zimowego Ośrodek rozpoczął ćwiczenia dla pragnących ubiegać się o POS.

Ze sportów dużem poparciem cieszy się jeszcze piłka nożna, lecz już nie w takich rozmiarach, jak wówczas, kiedy mistrz Pomorza rozgrywał zawody z klubami ligowemi o mistrzostwo Polski. W roku 1930 mistrzem Pomorza kl. A został Gryf, który, pomimo zwycięstw nad Wartą i Gedanją, przegrywał w walkach o wejście do Ligi. Drugi klub związkowy kl. A TKS 29, którego część graczy przeszła do Gryfu a pozostali po zlaniu się z B-klasowym Zuchem utworzył klub TKS, lecz z przyczyn jedynie wiadomych Pom. Zw. znalazł się w kl. B. Obecnie więc w Toruniu mamy tylko dwa kluby związkowe i masę klubików niezwiązkowych.

Największą obecnie frekwencją publiczności cieszy się boks, którego jedynym reprezentantem związkowym jest sekcja WCZS „Gryf". W Toruniu rozegrano zawody z klubami Poznania, Inowrocławia, Grudziądza, Warszawy z ogólnym wynikiem 39:31 dla Gryfu.

Zwolennicy tennisa skupiają się przeważnie w Tow. K. L. T., oprócz tego sekcje tennisowe i korty posiadają także kluby Gryf, Szkoła Podchor. Artyl., Szkoła Podchor. Maryn. Woj. i GKS. Do rozgrywek większych nadają się jednak tylko korty tennisowe TKLT, który zaprowadził inowacje, wysypując korty czerwoną cegłą. W roku ubiegłym na kortach TKLT mistrzostwo klubu zdobył znany sportowiec, nie tylko toruński, ale wszechświatowy, Stogowski. Mistrzostwo Pomorza zdobyła p. Rudewska Z Bydg. K. S. i p. Jaft z tegoż klubu. Mistrzostwo armji, urządzone staraniem „Gryfu" na kortach TKLT zdobyli por. Przybylski z Poznania i w grze podwójnej ppłk. Żongołłowicz i por. Przybylski, obydwaj z Poznania. W Toruniu gościł i brał udział w grze mistrz Polski, Tłoczyński.

Gry sportowe od czasu założenia Pom. Zw. Ok. G. S. zyskują coraz więcej zwolenników. Mistrzostwo Okr. Ośrodka w siatkówce żeńskiej zdobyło Gimn. Żeńsk. w hazenie Szkoła Handlowa, siatkówce męskiej Gryf, w koszykówce m. GKS. Zawody rozgrywano systemem puharowym i podzielone były na trzy odłamy: 1) szkolne, 2) organizacyj W. F. i 3) wojskowe.

Mistrzostwa Torunia i Pomorza rozegrane w Toruniu w koszykówce i siatkówce męskiej zdobył WCZS Gryf, a mistrzostwo Pomorza w koszykówce i siatkówce żeńskiej Sokół Grudziądz.

Zwolennicy kolarstwa mieli w Toruniu kilka imprez, urządzeniem których zajmował się Gryf, jedyny klub w Toruniu należący do Związku, oddbyły się mistrzostwa Województwa Pomorskiego; mistrzem na rok 1930 został Jan Kozłowski, mistrzostwo Polski zdobył Stefański z Warszawy, toruniak Kozłowski przybył na 12 miejscu. Bieg do morza polskiego, w którym Kozłowski otrzymał 3-cie miejsce i 7-my doroczny wyścig Gryfu, zdobyty przez Kozłowskiego. Kolarstwo uprawia jeszcze Sokół i Zw. Pod. Rez., które to kluby, jako nienależące do Związku, urządzają wyścigi i wycieczki we własnym zakresie.

W porze zimowej T. K. L. T. na swych kortach urządza ślizgawkę i na zakończenie urządził popisy o tytuł mistrza Torunia na rok 1930, który otrzymał Zielkie z notą 156,33 z Klubu „Gryf".

Tennis stołowy (ping - pong) ma też swoich zwolenników, którzy w roku 1930 urządzili zawody o mistrzostwo Torunia, zdobyte po raz drugi przez L. Kolczyńskiego. W regatach dorocznych na Wiśle, urządzonych przez Klub Wioślarski, brały udział osady z Bydgoszczy, Chełmży, Grudziądza, Poznania, Warszawy, Włocławka i miejscowy G. K. S.

Zwolennicy hokeja na lodzie z powodu braku u nas mroźnych dni, nie mogli poszczycić się wielkiemi sukcesami a wycieczka do Katowic zakończona była niefortunnie (ostatnie miejsce). Jedynie bramkarz drużyny hokejowej Stogowski, zdobywał i zdobywa wciąż laury na tafli lodowej w różnych miastach Europy, broniąc godnie barw narodowych.

Najsłabiej przedstawia się u nas lekka atletyka. Żaden z klubów nie przeprowadza ćwiczeń ani nie urządza zawodów, ograniczając się do brania udziału w świętach, urządzanych przez Komitet WF i PW i Okręg. Ośrod.

W roku ubiegłym odbyły się zawody lekkoatlet. dzieln. IV Tow. Gimn. Sokół a w Szkole Podch. Art. doroczne zawody lekkoatletyczne o mistrzostwo szkół podchorążych, w których padło parę nowych rekordów szkół. Szkoła Podch. Artylerji urządziła wewnętrzno-szkolny pięciobój nowoczesny.

Pomimo wspaniale urządzonej pływalni w Toruniu, z powodu nieodpowiedniej aury, w roku ubiegłym żadnych poważniejszych imprez pływackich nie było. Okręg. Ośr. pod którego opieką znajduje się pływalnia przeprowadził zawody o POS i popisy dla swych kursistów.

Widzimy z tego przeglądu, że dorobek sportowy na terenie Torunia nie wykazuje takich postępów jakich należy się spodziewać od stolicy województwa i miasta, liczącego 60 000 mieszk. Bądźmy ufni, że konjunktura w roku przyszłym będzie pomyślniejsza.

Z Okręgowego Ośrodka WF. W poniedziałek we wszystkich salach, będących w rozporządzeniu Okr. Ośrodka w Toruniu rozpoczynają się normalne ćwiczenia gimnastyczne w godzinach oznaczonych.

Kronika sportowa.

Hokej.

Turniej hokejowy w Katowicach.

Dotkliwa porażka polskich hokeistów. W dniu 31 grudnia rozpoczął się w Katowicach międzynarodowy czwórmecz w hokeju na lodzie z udziałem następujących drużyn: Kanady, Polski, Wiener Eislauf Verein i Brandenburger E. V. Turniej rozpoczął się dwoma meczami: Polska — Kanad oraz wiedeńczycy przeciwko Niemcom.

W meczu Polska — Kanada zwyciężyli Kanadyjczycy w wysokim stosunku 9:0 (3:0, 3:0, 3:0). Ta dotkliwa klęska polskiej drużyny spowodowana była wyjątkowo piękną i niezwykle wysoko technicznie postawioną grą Kanadyjczyków. Kanadyczycy pokazali grę mistrzowską, żonglerskie opanowanie krążka, świetne mijanie ciałem przeciwnika i wielką ambicję.

W drugim meczu wiedeńczycy łatwo pobili drużynę niemiecką w stosunku 5:1 (3:0, 1:0, 1:1).

Nowe zwycięstwo Kanady. W dalszym ciągu międzynarodowego turnieju hokejowego rozegrany został w piątek 1. I. mecz pomiędzy Kanadą a teamem kombinowanym Polska — Austrja z wynikiem 5:0 (1:0, 2:0, 2:0).

Niemcy zwyciężają Rumunję 2:0. Drugi mecz, rozegrany w dniu 1. b. m. w ramach międzynarodwego turnieju hokeja na lodzie w Katowicach, pomiędzy reprezentacją Rumunji a drużyną niemiecką, przyniósł Niemcom zwycięstwo w stosunku 2:0 (0:0, 2:0, 0:0).

Prasa europejska o drużynie hokejowej „Ottawa". Zwycięska tournee kanadyjskiej drużyny w hokeju na lodzie „Ottawa" po krajach Europy, wywołała szereg niezwykle przychylnych opinij w prasie europejskiej. Prasa niemiecka i austrjacka zgodnie podkreśla, że bramkarz Ottawy St. Denis, jest najlepszym w świecie „łapaczem goali". Obrońcy Draper i Bates stanowią trudną do przebycia zaporę dla najlepszego ataku. Napastnicy kanadyjscy Mousette i Cowley nie mają sobie równych w Europie.

Dwie porażki polskich hokeistów. W sobotę rozegrane zostały na zakończenie międzynarodowego turnieju hokejowego w Katowicach dwa mecze a mianowicie: Polska I team — Wiener E. V. i Polska II team — Brandenburger E. V.

W obu meczach drużyny nasze poniosły porażki, przegrywając z Austrjakami 0:1(0:0, 0:0, 0:1), a z Niemcami — 0:2 (0:1, 0:0, 0:1).

Zespół polsko-kanadyjski contra zespół polsko-kanadyjski. W Krakowie miał się odbyć w niedzielę mecz pomiędzy Polską a Kanadą. Pogoda jednak nie dopisała. — Przez cały ranek padał ulewny deszcz, mimo to postanowiono rozegrać mecz, ale pomiędzy zespołami kombinowanemi. Zespoły zestawiono w ten sposób, że w pierwszej drużynie grał bramkarz kanadyjski, obrona polska i kanadyjski atak. W drugiej drużynie bramkarz i atak polski a obrona kanadyjska. Mecz toczył się w silnem tempie w czasie ulewnego deszczu. Zwyciężyła drużyna pierwsza w nieznacznym stosunku 1:0 (1:0, 0:0, 0:0).

Narciarstwo.

Klub narciarski w Gdyni. W Gdyni utworzono przed kilkoma dniami pierwszy na północnem Pomorzu klub narciarski. W najbliższych dniach rozpocznie się w Gdyni specjalny kurs narciarski pod kierownictwem instruktora por. Pietrońca.

Przed olimpjada.

Zimowe igrzyska olimpijskie. Do zimow. igrzysk olimp. w Lake Placid zgłoszono 300 zawodników, którzy reprezentować będą 17 państw. Na pierwszem miejscu wśród zgłosz. państw stoją Stany Zjednoczone z cyfrą 70 zawodników. Dalej: Kanada — 40, Niemcy — 35, Norwegja 33, Szwecja — 31, Szwajcarja i **Polska** — po 20, Japonja — 16.

Najsilniej z zimowych konkurencyj olimpijskich obesłane będzie łyżwiarstwo figurowe, które zgrupuje przedstawicieli 12 państw, w tej liczbie Polska. Najsłabiej obesłany będzie olimpijski turniej hokeja na lodzie. Zgłoszone zostały jedynie drużyny: Kanady, Stanów Zjednoczonych, Niemiec i Polski.

Europę więc reprezentować będą tylko dwa państwa: Niemcy i Polska.